
Subject: Tagebuch - Pille absetzen

Posted by [Pfannkuchen](#) on Tue, 17 Feb 2015 22:03:51 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo ihr Lieben,

heute habe ich mich nun entschieden, die Pille endgültig abzusetzen und das möchte ich nicht alleine machen, deswegen dieses Tagebuch. Vielleicht liest ja wer mit (Oder kann selbst damit was anfangen o.ä....)

Kurz zu mir:

Mein Haarausfall begann im Nov. 2013 mit ca. 200-400 Haaren am Tag (habe erst im Juni 2014 angefangen zu zählen.. warum auch immer; die Mengen waren immer ähnlich). Habe erst im März 2014 angefangen zu forschen, da ich immer hoffte, dass es "nur" der saisonale Haarausfall ist, der halt mal etwas länger dauert...

Da ich einen starken Eisenmangel (leider ohne Anämie) hatte, dachte ich, dass es daran liegt. Da mein Ferritin nun seit Oktober 2014 immer über 200 ist, kann es daran nicht mehr liegen. Andere Mängel habe ich alle ausgeschlossen und/oder beseitigt. Ebenso seit Oktober 2014. Mir ist leider erst vor wenigen Wochen eingefallen, dass ich im August 2013 einen Pillenwechsel hatte. Und das auch nur, weil ich seit 2 Monaten starke Schmerzen in der Brust sowie seit dem dauerhafte Zwischen- und Schmierblutungen habe. Deswegen gehe ich davon aus, dass mein Haarausfall hormonell bedingt sein "muss". Deswegen setze ich jetzt die Pille ab und schaue was passiert.

Bei einem Hormonstatus während der Pilleneinnahme im letzten Jahr wurde ein sehr niedriger Progesteronwert festgestellt; allerdings ohne Bemerkung des Arztes; in einem anderen Forum wurde mir deswegen geraten, eine Progesteronsalbe zu verwenden... da traue ich mich aber noch nicht dran; vor allem.. so ganz ohne ärztlichen Rat...

Mein Haarausfall liegt im Moment bei durchschnittlich 95 Haaren am Tag (Wochendurchschnitt); natürlich kein Weltuntergang, manche hier würden sich da freuen, allerdings fallen alle neuen Haare wieder aus und es wird auch leider nur schlimmer, statt besser (im November bis Mitte Dezember hatte ich einen Durchschnitt von 40 Haaren... das waren Zeiten...)

Ich habe vor, alle paar Tage oder jede Woche, mal sehen, zu schreiben, wie es mir damit ergeht, was die Haare machen... und hoffe, dass ich dieses Hormonchaos hier mit wem teilen kann und ich das nicht ganz alleine durchstehen muss (ich habe natürlich meinen Mann, aber der hat solche Probleme, wie wir hier ja "leider" nicht..)

Auf gehts...
